



# Jakob Forssmed: Tal på Järvaveckan 2023

**Talare**

Jakob Forssmed  
Socialminister

**Datum**

3 juni 2023

**Plats**

Järva

**Omständigheter**

Socialminister (KD) Jakob Forssmeds tal på Järvaveckan 2023.

Kära vänner! Tack för möjligheten att vara här idag. Tack till arrangören – the global village. Ordet ”the village” sammanfattar väl mitt budskap här idag. För jag kommer prata om hälsa, om barns fysiska och psykiska ohälsa. Och att det bara är tillsammans – vi inom politiken, ihop med föräldrar, föreningar, församlingar som vi på allvar kan göra något åt den. It takes a village to raise a child. \*Förresten, vad kul att se er! Det borde vi säga till varandra oftare. Att hälsa på varandra handlar faktiskt om just det - hälsa. Låt mig återkomma till det. Men om vi börjar i en annan ände: Vad skulle DU betala för att leva ett år till, med god hälsa? Vad är egentligen hälsan värd? Det här är faktiskt en fråga som forskare och myndigheter har funderat en hel del på. Och då hamnar man på runt 700 000 kronor. När man räknar in både livskvantitet och livskvalitet. Det här känns kanske som ett konstigt sätt att resonera på. Livet är väl värt oändligt mycket mer än pengar, eller hur? Men det ger en bild av varför det är ett så stort problem med ojämlik hälsa. Att hälsa är ett slags kapital som människor har och får väldigt olika mycket av. Det gör att vi får helt olika möjligheter att leva fria och rika liv. Och det gör att vi lever olika länge. En person på Östermalm blir i genomsnitt fyra år äldre än en person här i Rinkeby-Kista. I Göteborg levs varje liv i snitt åtta år längre i villaförorten Askim än i höghusens Bergsjön. Och i Malmö - sex års skillnad mellan stadsdelar. Så utöver skillnader i inkomst och kapital, så har vi stora skillnader i ÅR. I liv. \*Mina vänner, Ni vet vad man säger: den friske har tusen önskningar, den sjuke endast en – att bli frisk. Kristdemokraterna och regeringen har en politik för att göra vården mer jämlik. Komma till rätta med de stora skillnader som finns i köer och behandling. Just därför tog regeringen härnäst viktiga steg för århundradets vårdreform. Att staten kan ta över hela, eller delar av, ansvaret för sjukvården, istället för 21 olika regioner. För postnumret SKA inte få avgöra vilken vård man får. Men det räcker inte. Vården är bara en del av allt som påverkar människors hälsa. Utvecklingen med allt större skillnad i hälsa mellan samhällsgrupper,

mellan stadsdelar, måste brytas. Hälsokapitalet måste komma fler till del. Jag vill att alla ska få möjlighet att bli riktigt gamla. Mina vänner, ALLA, oavsett bakgrund, bostadsort, behov, ska få chansen att bli årsrika!\*\*\* Men vad spelar det för roll om hälsan är jämlik om den inte är god. Tyvärr finns det mycket som går åt fel håll. När vi rör oss mindre och väger mer får det konsekvenser. Det är tätt kopplat till många sjukdomar som begränsar och förkortar liv. Många tonåringar rör sig i princip inte alls på helgerna längre – de ”rullar knappt ur sängen”, enligt forskarna. Bland yngre barn är läget allvarligt: fler än var femte 6–9-åring har övervikt eller obesitas. ÅLDERSdiabetes drabbar barn.

FETTLEVER. \*Hur blev det så här? Jag tror ni är många här som läst böckerna om Alfons Åberg. Eller som sett Ayla Kabacas föreställning Kompis med Alfons Åberg som för nästan exakt ett år sedan spelades i Rinkeby Folkets Hus. Ni kanske inte är lika många som har lyssnat på Podden Stormens utveckling. Men om ni gjort det kunde ni ha hört en av våra stora samtidsobservatörer, Liv Strömqvist beskriva hur böckerna om Alfons Åberg – som FÖRR blev omåttligt populära för sina extremt realistiska vardagsskildringar NU är omåttligt populära för att de för barn idag är REN fantasy: Det finns helt enkelt noll realism i hur Alfons träffar en helt ny kompis första dagen i skolan och på vägen hem leker och klättrar de I TIMMAR vid en bäck. Utan att någon vet var de är. Ni fattar. Och för inte så länge sedan så fanns det faktiskt tvättmedelsreklam som handlade om hur man får bort olja från cykelkedjor och gräsfläckar på barnens kläder. Om ett barn får en gräsfläck idag hängs den upp på museum, läggs ut på insta. Det blir en OMNI-flash! På 70-talet - då gick eller cyklade 9 av 10 barn till skolan. Nu är det under hälften. I en rapport jag fick av prins Daniel och Generation PEP har de funnit att 8 av 10 barn inte rör sig så mycket som de behöver för sin hälsa! Och barns rörelseutrymme har KRYMPT drastiskt. Området runt hemmet där barn får röra sig fritt har i vår del av världen minskat med 90% på bara en generation. Tiden barn leker utomhus i Sverige har halverats. Det beror på flera saker, men en är rädslan för brott. När till och med lekplatser har blivit brottsplatser. Vad gör allt detta med barnens liv och möjlighet att utforska världen? \*Vänner, den här regeringen ser allt detta. Och vi arbetar stenhårt för ett Sverige med jämlik – och GOD – hälsa. Att det inte ska spela någon roll för din hälsa var i landet – eller var i staden – du bor. Alla har rätt till en god hälsa!\*\*\* Men HUR tänker ni göra detta? Är det kanske någon som undrar. Ingen har ju lyckats förut. ”Så många försökte och försvann”, som det heter i låten. Mitt svar är att den här regeringen arbetar annorlunda. Vi är inte rädda att säga att staten inte kan göra allt – tvärtom! Ska vi främja hälsa, då måste vi arbeta TILLSAMMANS - alla goda krafter i samhället. Varenda en av er här

behövs. Alla eldsjälarna och entusiaster på varenda ort i vårt land. Och alla engagerade föräldrar och andra vuxna. Men vi vet också att vi inte kan lämna varandra i sticket. Säga: nån annan får lösa detta. Jag säger det igen: Vi måste göra det tillsammans. \*Den här regeringen jobbar annorlunda. Därför kommer vi att göra något helt nytt och införa fritidskortet. En av regeringens största reformer. Nästan 800 miljoner per år! Fritidskortet kommer att ge alla barn och ungdomar i Sverige, från åtta till 16 års ålder, ett stöd till en aktiv fritid. I gemenskap med andra. För varken kroppen eller själen mår bra av att man sitter stilla. Allra minst när man är ung. Och vi gör detta i samarbete med föreningslivet. Med de ideella krafter som är proffs på att hålla Sverige i rörelse. Det är en reform som jag och Kristdemokraterna utformat och drivit i flera år – och nu ska det äntligen bli verklighet. Det ska funka så här: Man ska kunna välja aktivitet själv. Gå till föreningen med sitt fritidskort och betala hela eller delar av avgiften med det. Och de som har det extra tufft ekonomiskt, ska få ett extra högt belopp på sina kort. I ett reportage om att många barn slutar för att det är för dyrt säger Lucas Rodriguez, 13 år så här om sin fotboll: CITAT ”Det finns INGET bättre att göra med sina kompisar. Vi har bra sammanhållning, vi har varandra. Ibland om det varit något jobbigt i skolan eller, det är något jobbigt någon annanstans, då när man är på träningarna, så försvinner allt det ur ens tankar och ur världen.” Men vi vet att många slutar på sin aktivitet när de är 11-12-13 år. När de förstår att det kostar och att mamma eller pappa inte riktigt har råd. De tar ett ansvar som inget barn ska behöva ta. Mina vänner, fritidsaktiviteten ska inte behöva konkurrera med matkassen! Min målbild för fritidskortet är Ungdomsledaren i Kista Sport Club som stod i dörren och hälsade på en liten knatte på väg in till sin gymnastikträning. ”Hej! Vad kul att du är här, jag har inte sett dig på ett tag”. Jag vet inget om knattens hemförhållanden i detta område som brukar kallas för utsatt. Men jag vet att just där och då blev detta barn sett och fick höra att det var efterlängtat. Det blev välkomnat till sin gemenskap – till en tillhörighet som erbjuder något annat än gängens. Vi måste förstå att det handlar om så mycket mer än en aktiv fritid. Det är också gemenskap. Det är identitet. Det börjar ofta i en förening någonstans i Sverige.....med närvarande vuxna och ledare som är beredda att ge en smula av sina hjärtan för att peppa, fostra och vara förebilder. Det är det som fritidskortet handlar om. Och nästa år är det på plats mina vänner!\*\*\*Javisst är det bra! Ändå angrips vi för denna reform. Av Socialdemokraterna. De tycker inte Fritidskortet ska genomföras. De vill avskaffa detta stöd till alla barns aktiva fritid innan det har införts. Varför då? Jo, för att det CITAT ”bär med sig en känsla av fattigvård” Fattigvård. Det är ju helt

obegripligt. Hur kan det vara fattigvård att skapa möjlighet till aktivitet och gemenskap för alla barn - utan att plånboken avgör? Mina vänner, det får bära med sig vilken känsla det vill på Sveavägen 68 – Det viktiga för mig, det är självkänslan och glädjen hos varenda unge som får en bättre chans till en aktiv och meningsfull fritid! En chans till ett bättre liv!\*\*\*Men ska vi lyckas vända hälsotrenderna så tror jag också vi måste börja prata på allvar om en kraft som tränger in i varenda vrå och tycks tränga undan allt annat. En tidstjuv som saknar motsvarighet i historien. En daglig källa till konflikter. Vi måste prata om den här [HÅLL UPP MOBIL]. Om skärmtiden. Tekniken har medfört enorma framsteg och möjligheter. Och det finns många orsaker till barns hälsoproblem. Men går inte komma ifrån att flera av dem tycks börja och sluta med skärmen. Bristen på sömn, rörelse, relationer. Bristen på mening. Forskning visar att digitala medier kan ha negativa effekter på ungas psykiska hälsa. De kan leda till bristande språkutveckling och hämmad mänsklig interaktion hos små barn. Hjärnans utveckling kan påverkas och barnen hamna i en digital bubbla. Ändå har vi tvingat in skärmarna i förskolorna och skolorna. För vi är moderna. Early adopters.\*Vi vet ATT det påverkar hälsan, men hur mycket? Är det mer än ett sammanträffande att barns ökande oro, ångest, stress och självskadebeteende sammanfaller med tillgången till sociala medier? Under dygnets alla timmar. Kan det vara som en del forskare säger, att detta rentav FÖRKLARAR varför unga – och särskilt unga tjejer mår så dåligt. Den amerikanske forskaren Jonathan Haidt pekar på det fenomen som gick genom världen runt 2012, att tonåringarna bytte sina gamla flip-telefoner till smartphones laddade med sociala medieappar. Detta sammanfaller med ökad ensamhet och en kraftig ökning av ångest och depression bland i en rad länder, och även hos oss. Har han rätt? Jag vet inte. Men jag vet att vi vet alldeles för lite om hur digitala medier påverkar oss, och framför allt våra barn. För några veckor sedan så gav jag ett väldigt viktigt uppdrag till Folkhälsomyndigheten. Ta reda på vad forskningen säger om vad skärmtiden gör med barns fysiska och inte minst psykiska hälsa. Och ge råd och stöd om vad som är lagom. Det är något som föräldrar ropar efter. Men är inte detta moralpanik? Det sedvanliga medelålders gnället över dagens ungdom? Som med storm- und-drang, serietidningarna och videovåldet? Nej. Jag vill påstå att det som pågår nu är exempellöst. Det saknar motstycke. Och skillnaden är skalan. 2010 använde 30 procent av 14-åringarna internet mer än tre timmar en vanlig dag. 2020 hade den siffran stigit till 76 procent. Nu är det tre av tio i denna ålder som utanflr skoltid tillbringar fem timmar – eller mer – VARJE DAG med att sitta stilla framför en skärm. En stor del av alla barn och unga anser dessutom SJÄLVA att de använder digitala

medier för mycket och att det går ut över vad de egentligen vill göra. Samtidigt är det många föräldrar som upplever att konflikter kring skärmtid är den största utmaningen i föräldraskapet. Det är ett svek att det inte finns vägledning och stöd när mycket talar för att detta är ett recept för ohälsa. Att ständigt vara uppkopplad. Att ständigt få sitt värde i likes. Att ständigt behöva vara rädd för att ha missat något. Det är en livsstil som sliter på hjärnan. Och det sliter barnen från annat. Träning. Sömn. Familj. Vänner. Läsning. Klättring och lek vid en bäck, om man så vill.\*Vi måste också ta reda på hur plattformarnas själva utformning påverkar. Hur de får barn och unga att stanna kvar allt längre tid. Hur de styr vilket innehåll som barnen ser. För det är inte bara skärmtiden som ökat. Innehållet har också förändrats. Från en begriplig, kronologisk och ofta meningsfull interaktion till en svårbegriplig konsumtion. Oändliga flöden utan slut där vi vuxna – och än mindre våra barn – inte längre förstår varför vi ser det vi gör. Vi förstår inte hur plattformarna funkar. Vi vet bara att de håller oss kvar. De gör oss beroende. Och då har vi inte ens börjat prata om skeva kroppsideal, extremt innehåll, hat och ren desinformation. Vi behöver mer kunskap om allt detta. Det är inte rimligt att de enda som har kunskapen om hur våra barn kan fås att stanna kvar på plattformarna.....och vad som styr vår digitala konsumtion är BIG TECH. Därför är regeringsuppdraget om kunskap och rekommendationer så viktigt. Men vi kan också kräva mer av de stora tech-bolagen. Jag kommer därför i närtid kalla till mig representanter för de stora digitala medier-plattformarna. Fråga dem vilket ansvar de är beredda att ta för vad de gör med våra barn och unga? Och jag förväntar mig faktiskt vettiga svar. För så här kan vi inte ha det, mina vänner!\*Och om jag får fortsätta lite på detta spår – Ni vet att det nu talas mycket om armlängds avstånd i kulturpolitiken. Jag har för övrigt på nära håll sett Johan Pehrson visa Jimmie Åkesson exakt hur långt armlängds avstånd är. Och i kulturdebatten ska vi helst debattera drag-queens på bibliotek, tydligen. Men vi behöver en annan kulturdebatt om armlängds avstånd. Ett samtal om vad det gör med vår kultur och våra liv att skärmen, de sociala medierna, aldrig är längre bort än just armlängds avstånd. En sådan diskussion har börjat föras på sina håll, och det är välkommet. Victor Malm, kulturchef på Expressen liknar verkligheten via skärmen vid ett kaninhål och beskriver sin upplevelse så här: CITAT ”Jag har den ensam, den betyder ingenting och försvinner genast. Så går en dag och ännu en. Ingen av dem innehåller något. Meningslöst? Jag får hellre influensan. Det är en större känsla av liv.” SLUT CITAT. Detta är en erfarenhet från en av Sveriges mest inflytelserika skribenter. Vänner, skärmarnas avskärmning tycks skära sönder sammanhangen själen innerst söker. För att använda sociologen Hartmut

Rosas ord – de adderar till den ACCELERATION där vi upplever att hjulen i våra liv snurrar allt fortare – både vad gäller teknik, sociala förändringar och livstempo. Vilket skapar ALIENATION och ensamhet och hindrar oss från ett liv i RESONANS med det som gör livet värt att leva. \*Man brukar säga att teknik slår politik. Och just nu är det ju så. Med skärmarna. Men tillsammans. Politiken. Skolan. Tillsammans med föreningarna, civilsamhället, föräldrarna, barnen. Tillsammans måste vi väl ändå kunna slå tillbaka. Mina vänner, tillsammans vrida våra barn – och kanske oss själva - ur det skärmarnas grepp som tycks järnhårt. \*\*\*Vänner, ibland är det som vi måste lära om grunderna i livet och om vad som är viktigt. Och i flera andra länder talar man nu om välbefinnandets och den psykiska hälsans ABC. A - Active. Göra något aktivt. B - Belong – att göra något i gemenskap med andra. Och C - Commitment – att göra något som skapar mening. Det här behöver också vi. Vi har omfattande och växande problem idag med psykiska besvär och psykisk sjukdom. Många barn som inte får hjälp i tid. Därför har vi satsat stort på – och kommer fortsätta jobba hårt för - att korta köerna till BUP. Satsa på psykiatin. Det är ett måste. Men vi kommer inte kunna behandla oss till psykisk hälsa och välbefinnande. Vi behöver bli ett bättre samhälle för psykisk hälsa – för att det inte ska bli en ständig tillväxt av barn som söker psykiatrisk vård och får medicin. Vi behöver repetera ABC. Gör något aktivt, gör något meningsfullt och gör något tillsammans med andra. \*Låt oss stanna vid tillsammans med andra. För många människor lider av ensamhet – i ensamhet. En och en halv miljon svenskar saknar en nära vän. Nästan var fjärde person besväras av ensamhet och isolering. Var tionde begravning i Stockholm sker utan ceremoni, utan någon vän eller anhörig. Så kallade ”direktare”. Och visste ni att ensamhet är lika farligt som rökning? Ensamheten skapar en kronisk stress som får blodkärlen att rent fysiskt dra ihop sig. Som en kroppens protest mot att leva i konflikt med vad det är att vara människa. Ändå har ensamheten inte setts som ett problem – för någon annan än den ensamma människan själv. Men vi har för första gången i en svensk regering lyft den ofrivilliga ensamheten som det stora samhällsproblem det verkligen är. Som kristdemokrater har vi drivit denna fråga länge. Vi drev den i opposition. Vi räknade ut vad ensamhet kostar. Vi tog fram förslag. Och nu är det regeringspolitik. Mina vänner, redan i år satsar regeringen 300 miljoner på att minska ensamheten! Och genom en nationell strategi mot ensamhet ska fler bli en del av gemenskaper. Av samhällsgemenskapen. Men! Det kräver också att du och jag gör vad vi kan för att sträcka ut en hand. För den som hållits länge i ensamhetens grepp kan det vara svårt att bryta sig loss. Då måste vi anstränga oss mer. För ensamheten kan vi bara bryta tillsammans. Mina vänner,

Tillsammans kan vi GEMENSKAPA Sverige!\*\*\*Kära vänner, jag sa förut att staten inte kan göra allt. Men det är faktiskt så att staten inte ens ska göra allt. För vi har alla, var och en, ett ansvar för vår hälsa. Vi vet ofta hyggligt väl vad som är bra för hälsan – och vad som inte är det. Det är inte alltid lätt - men ingen annan kan fatta de där viktiga besluten åt oss. Och föräldrar har ett särskilt stort ansvar. Familjen är faktiskt helt central för folkhälsan. Vi kristdemokrater talar gärna om familjen och gemenskaper som församlingar och föreningar. Där vi formas, förstår hur vi bör leva och formulerar gemensamma uttryck. Vi talar gärna om de goda värderingar som barn kan få med sig, särskilt från sina föräldrar. Att visa respekt mot andra. Solidaritet. Att vara omtänksam. Att det går att få förlåtelse om man gör fel och vill göra rätt. Men föräldraskapet kan också handla om väldigt konkreta saker. Vad man gör på fritiden. Hur man umgås. Hur mycket tid man sitter med telefonen eller framför datorn. När man går och lägger sig! Och vad man äter till frukost. Ni kan vara lugna, jag tänker inte ge några råd för eller emot gröt – som det har skrivits mycket om i tidningarna på senaste tiden. Men däremot vet jag att frukosten är viktig. Jag läste en intervju med Polisen Christoffer Bohman som sa: CITAT ”Jag har mött många barn på Järva och sagt: Hej, vad gör du? De svarar: ’äter frukost’. Äter frukost? Det där är ju Fanta och Snickers, det är ingen frukost.” Det Christoffer menar är att redan där förstår man att allt är på väg åt fel håll, och då inte bara hälsan. Att barnet förmodligen varit uppe halva natten. Att vägledningen hemma brister och gränserna saknas. Och att barnet då lätt hamnar i helt fel sammanhang. Mina vänner, den viktigaste insatsen för folkhälsan, den görs av föräldrarna. Det här kanske låter tungt. Föräldrar har ett stort ansvar. Ibland kan det kännas för stort. Och för en del föräldrar är det för stort, då behövs stöd och hjälp. Föräldrastöd, fler familjehem om föräldrarnas omsorg ändå inte räcker till. Men vänd på det. De flesta föräldrar kan med ganska enkla medel bidra till att lägga grunden för ett långt och friskt liv för sina barn. Det är något av det finaste och mest värdefulla man kan ge. \*Men stat och kommun måste göra vad de kan för att stötta och hjälpa, både enskilda och familjer. Och min uppfattning är att politiken har gjort för lite här. Alldeles för lite! Jag tror att nära nog alla föräldrar gör så gott de bara kan. Men vet ni hur många barn som lever enligt målen för en god hälsa? Tre procent. Tre! Det säger något om hur svårt det här är. Jag ser detta som min viktigaste uppgift som Kristdemokrat. Som socialminister. Att göra livet lite lättare att leva. Regeringen har stärkt ekonomin för utsatta barnfamiljer – för att de inte ska behöva dra ner på nyttig mat när priserna stiger. Och sedan jag blev minister har jag gjort en rad saker. Vi har satt igång arbetet med fritidskortet – för att aktiviteterna inte ska konkurrera med

matkassen. Vi vill ha riktlinjer för skärmtid – för att ge föräldrar stöd i den otacksamma rollen att sätta gränser. Vi satsar på att särskilt stödja idrottsföreningar i utsatta områden så att de når ut till alla barn och ungdomar. Mycket återstår. Men steg för steg kan vi göra det lite enklare att leva – ett hälsosamt liv. Och familjepolitik, mina vänner, är också att föräldrar kan ge sina barn den bästa möjliga uppväxten. Att göra det möjligt för föräldrar att sluta vara så stressade att det smidigaste alternativet blir att skjutsa överallt. Skapa en trafikmiljö till skola och fritidsaktiviteter som föräldrar tycker är säker nog för barns cykling. Och se till att tryggheten breder ut sig överallt så att inte föräldrar ska behöva vara rädda att barnen rånas på väg till träningen. \*Kära vänner, avslutningsvis. Svenska folket har marinerats i individualism under lång tid. Och i Sverige i en alldeles särskild variant. Att det finns individer och sedan finns det ett kontrakt med staten. Och en god och jämlik hälsa kommer kräva mer från det offentliga. Men utmaningarna kommer kräva mycket av oss alla. Tillsammans. För ett land där mångas hälsa ständigt blir bättre, men där andra mår sämre och sämre, det är inget lyckligt land. Folkhälsa – det är hälsan som vi bygger tillsammans. Som samhälle. Som gemenskap. Och jag talade i början om betydelsen av att hälsa på varandra. För det skapar faktiskt just hälsa! För när vi tar av oss lurarna så kan kallpratets värme tända små bloss av hälsobringande gemenskap i en tillvaro fördunklad av ensamhet. Så tänk, Tänk om vi kunde lägga ner telefonerna någon enstaka gång. Se varandra i ögonen. Prata ordentligt med varandra. Och lyssna. Jag vet, det låter helt otroligt. Vi är sannerligen inte där idag. Men jag tror att vi kan nå dit. Vi behöver komma dit. Och vi kan bara göra det tillsammans. Stort tack för att ni har lyssnat!

**Taggar**

2020-tal, 2023, Järvaveckan, Kristdemokraterna, Man, Politiska tal

**URI**

<https://www.svenskatal.se/tale/jakob-forssmed-tal-pa-jarvaveckan-2023>